

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой

Зименкова О.А.
Столовая



Колледж туризма и прикладных технологий Санкт-Петербурга

Меню

2024

2 день

Студенты Бюджет

Сборник рецептов	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Обед															
2008	к/к	огурец свежий	20	1,6	5,1	6,9	80	0,03	39	0,04	2,4	52	15	27	0,7
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ	250/40/5	10,30	10,20	8,00	160,00	0,00	6,00	0,20	0,30	55,60	24,30	69,40	1,40
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	250	16,90	16,10	36,90	442,00	0,50	13,60	0,00	3,00	32,70	50,30	192,80	2,70
2008	399	КОМПОТ ИЗ апельсин С ВИТ."С"	200	0,5	0,1	34	141	0,02	12	0	0,1	18	7	12	0,2
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,10	0,0	0,00	1,00	8,10	8,60	39,20	1,80
к/к	к/к	шоколад без добавлений	25	2,0	8,3	11,8	125,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	20,0	178,0	2,7
2008	5	Бутерброд с колбасой полукопченой	25/25	4,9	7,4	7,4	116,0	0,0	0,0	0,0	0,4	8,0	7,0	46,0	0,7
Итого за прием пищи:				39,60	47,55	127,85	1174,00	0,73	70,60	0,24	7,20	179,40	132,20	564,40	10,20
Всего за день:				39,60	47,55	127,85	1174,00	0,73	70,60	0,24	7,20	179,40	132,20	564,40	10,20

Зав. производством Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С. Держачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

зав.столовой Зименкова О.А.

Колледж туризма и прикладных технологий Санкт-Петербурга

Меню

2024

3 день

Студенты Бюджет

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Обед															
2008	66/357	птица отварная с гарниром	50/50	18,30	13	6,7	217	0,05	10	0,1	3,3	53	30	105	2,3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С говядиной , СО СМЕТАНОЙ	250/40/5	9,3	10	17,7	197	0,1	7,3	0,2	0,5	40	26,6	170	1,2
2008	240	котлета рыбная паровая	100/5	13,8	7,8	9,6	162,0	0,1	0,0	0,1	0,8	46,0	12,0	186,0	0,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	250/5	5,2	8,6	33,8	235,0	0,2	13,8	0,0	0,3	51,4	39,2	113,6	1,6
2008	401	Компот из кураги , с витамин С	200	1,00	0,10	34,20	142,00	0,02	0,00	0,03	1,10	33,00	21,00	29,00	0,70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,8
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ/мандарин	100	1,9	0,4	16,3	87	0,13	70,7	0	0,4	68	26	46	0,7
Итого за прием пищи:				52,90	40,30	141,20	1150,00	0,68	101,90	0,41	7,40	299,50	163,40	638,80	9,10
Всего за день:				52,90	40,30	141,20	1150,00	0,68	101,80	0,41	7,40	299,50	163,40	688,80	9,10

Зав.производством_Обводный, Луначарского

Филимонова В.С. Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор:

Савошко Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой Зименкова О.А.



Колледж туризма и прикладных технологий Санкт-Петербурга
Меню

2024

4 ДЕНЬ Студенты Бюджет

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Обед															
2008	50	САЛАТ свекла с сыром	100	8	10,1	15,2	184	0,03	7	0,03	4,8	48,1	28,1	56,1	1,9
2008	101	Суп картофельный с макаронными изделиями	250/40/1	10,4	5,5	19,0	167,0	0,1	13,0	0,2	2,0	59,0	21,0	159,0	1,0
2008	306	Голубцы ленивые	200/20	20,2	22,2	12,4	336	0,04	15	0	2,60	38	22	95	2,00
2008	399	КОМПОТ ИЗ яблок С ВИТ."С"	200	0,2	0,1	28,1	115,0	0,0	1,0	0,0	0,2	8,0	5,0	6,0	1,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,8
к/к	к/к	яблоко	100	0,00	0,00	12,60	52,00	0,02	0,00	0,04	0,30	134,00	7,00	85,00	0,30
2008	224	запеканка из творога со сметаной	100/15	13,3	6,8	12,1	166	0,04	0	0	0,4	115	18	160	0,6
Итого за прием пищи:				55,50	45,10	122,30	1130,00	0,29	36,00	0,28	11,30	410,20	109,70	600,30	8,00
Всего за день:				55,50	45,10	122,30	1130,00	0,29	36,00	0,28	11,30	410,20	109,70	600,30	8,00

Зав. производством Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С. Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой

Зименкова О.А.

Столовая

Колледж туризма и прикладных технологий Санкт-Петербурга

Меню

2024

5 день

Студенты Бюджет

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Обед															
2008	27	салат из сыра, яблок и огурцо	100	9,3	13,7	3,5	174	0,03	6	0,11	1,2	346	20	205	1,1
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С (фасолью) говядиной	250/40/1	14	7,90	18,8	179	0,16	6	0,2	0,30	50	38	139	1,90
2008	312/371	Птица тушеная, СОУС МОЛОЧНЫЙ(Сметанный)	80/100	30	27,6	7,2	394	0,02	0,08	0,1	3,20	71	25	144	3,20
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	200	4,81	5,98	50,05	271,7	0,04	0	0,04	0,4	15,6	33,8	240,5	0,78
2008	401	КОМПОТ ИЗ БРУСНИКИ	200	0,5	0,2	13,2	53,9	0,0	0,0	0,0	0,2	20,0	26,0	20,0	0,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0	0	1	8,1	8,6	39,2	1,80
к/к	к/к	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ В ИНД.УПАКОВКЕ	50	1,6	3,9	72	75	2,3	0,7	0	0,3	0	4,7	0	0
Итого за прием пищи:				63,61	59,68	187,65	1257,60	2,66	12,78	0,48	6,60	510,70	156,10	787,70	9,58
Всего за день:				63,61	59,68	187,65	1257,60	2,66	12,78	0,48	6,60	510,70	156,10	787,70	9,58

Зав. производством_Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С. Держачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

Колледж туризма и прикладных технологий Санкт-Петербурга

Меню

2024

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой Зименкова О.А.



6 ДЕНЬ

Студенты Бюджет

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Обед															
2008	23	салат овощной	100	0,9	10,1	2,9	106,0	0,0	18,0	1,0	4,9	24,0	16,0	29,0	0,9
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/40/5	7,7	5,6	12,8	121,0	0	8,6	0,2	0,4	55,6	27,2	73	1,60
2008	265	ПЛОВ с птицей	250	17,2	17,1	25,2	540	0,06	1	0,15	3,2	17	37	197	3
2008	401	КОМПОТ ИЗ вишни	200	0,5	0,2	13,2	53,9	0,0	0,0	0,0	0,2	20,0	26,0	20,0	0,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,80
к/к	к/к	Яйцо варёное	40	7	6	0,4	68	0,07	9	0,24	2,9	41,5	21,4	95,8	1,6
2008	3	Бутерброд с сыром	25/25	4,50	4,50	7,40	88,00	0,02	0,00	0,04	0,30	134,00	7,00	85,00	0,30
Итого за прием пищи:				41,20	43,90	84,80	1086,90	0,30	36,60	1,66	12,90	300,20	143,20	539,00	10,00
Всего за день:				41,20	43,90	84,80	1086,90	0,30	36,60	1,66	12,90	300,20	143,20	539,00	10,00

Зав. производством Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С. Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

зав.столовой

Зименкова О.А.



Колледж туризма и прикладных технологий Санкт-
Меню

2024

7 ДЕНЬ

Студенты Бюджет

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Обед															
2008	50	салат Свеколка	100	8	10,1	15,2	184	0,03	7	0,03	4,8	48	28	56	1,9
2008	85	ЩИ УРАЛЬСКИЕ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С	250/40/5	8,6	5,6	5,2	92	0	8,4	0,2	0,2	59,1	20,8	159,5	1
2008	283/364	ТЕФТЕЛИ ИЗ говядины, СОУС ТОМАТНЫЙ	100/100	12	13,8	8	334	0,1	0	0	3,6	12	24	150	2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	250	7,3	6,4	41,6	214	0,079	0	0,04	1,06	14,6	9,31	47,88	1,06
2008	401	Компот из кураги, с витамин С	200	1,00	0,10	34,20	142,00	0,02	0,00	0,03	1,10	33,00	21,00	29,00	0,70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0	0	1	8,1	8,6	39,2	1,80
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,6	0,6	14,7	71	0	15	0	0,9	24	12	16,5	3,3
Итого за прием пищи:				40,9	37	141,8	1147	0,329	30,4	0,3	12,66	198,8	123,71	498,08	11,76
Всего за день:				40,9	37	141,8	1147	0,329	30,4	0,3	12,66	198,8	123,71	498,08	11,76

Зав.производством_Обводный, Луначарского

Филимонова В.С. Держачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор:

Савошко Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой



Колледж туризма и прикладных технологий Санкт-Петербурга

Меню

2024

8 ДЕНЬ

Студенты Бюджет

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг
Обед															
2008	41	Салат витаминный	100	1,2	5,2	9,5	90	0,03	39	0,04	2,4	52	15	27	0,7
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С говядиной СМЕТАНОЙ	250/40/5	9,2	6,6	12,4	133	0	8,6	0,2	1,6	49,3	21,4	65,9	1,1
2008	313	КОТЛЕТЫ натуральные из филе птицы	100/5	12,6	4,6	0,4	170,0	0,0	9,0	0,1	0,3	24,0	15,0	87,0	1,0
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	4,6	7,3	36,9	192,4	0,3	18,7	0,0	0,4	30,6	49,0	125,2	2,2
2008	442	СОК	200	0,6	0,2	28	124	0	4	0	0	14	8	14	2,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,8
к/к	к/к	Печенье	100	5,9	5,8	66,9	144	0,07	0	0,02	0,5	28	7	58	0,4
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ	125	3,3	3,1	21	171	0,3	7	0,3	0	290	140	950	0
Итого за прием пищи:				37,45	30,08	177,02	963,40	0,50	79,32	0,37	6,19	205,95	124,01	416,29	10,01
Всего за день:				37,45	30,08	177,02	963,40	0,50	79,32	0,37	6,19	205,95	124,01	416,29	10,01

Зав. производством Обводный, Луначарского Филимонова В.С. Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: Савошко Е.В.

УТВЕРЖДАЮ

зав. столовой

Зименкова О.А.
Столовая



Колледж туризма и прикладных технологий Санкт-Петербурга

Меню

2024

9 ДЕНЬ

Студенты Бюджет

Сборник рецептур	№ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОЙ КАРТЫ	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, к кал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Обед															
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	0,1	0,9	4,3	101,0	0,03	7	0,03	4,8	48,1	28,1	56,1	1,9
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И говядиной	250/40	8	7,9	28,9	179,5	0,4	5,2	0,2	2,1	47,1	37	102,1	2,3
2008	260	Азу	50/150	17,8	20,0	17,7	322,0	0,1	0,0	0,0	0,2	36,0	20,0	162,0	2,0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С(изюм)	200	0,5	1,0	27,4	112,6	0,0	51,4	0,0	0,0	24,2	9,7	23,2	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,4	0,4	22,9	110	0,1	0,0	0,0	1,0	8,1	8,6	39,2	1,8
2008	5	Бутерброд с колбасой полукопченой	25/25	4,9	7,4	7,4	116,0	0,0	0,0	0,0	0,4	8,0	7,0	46,0	0,7
Итого за прием пищи:				38,00	40,70	129,60	1112,10	0,97	70,60	0,53	8,50	461,50	250,40	1378,60	9,20
Всего за день:				38,00	40,70	129,60	1112,10	0,97	70,60	0,53	8,50	461,50	250,40	1378,60	9,20

Зав. производством_Обводный, Луначарского _____ Филимонова В.С_Дергачева В.В.

Бухгалтер-калькулятор: _____ Савошко Е.В.

*лук репчатый заменяется на лук зелёный в период после 1 марта.

При составлении меню использовались: «Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга», СПб, 2008 г. под редакцией Куткиной М.Н.;